УСПЕШНЫЙ ВЫБОР

(206) 496-3134 rekl_ama@yahoo.com Editor: Sergey Mironchuk FREE

5 ШАГОВ К ЗДОРОВЬЮ И ДОЛГОЛЕТИЮ

1 шаг — ИЗМЕНИТЬ ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ

Перестать безразлично относиться к своему внешнему виду и здоровью, снова полюбить свое тело и в течение 1 года преобразить свою жизнь.

2 шаг — ВОЛЕВОЕ ОГРАНИЧЕНИЕ

Собрать волю в «кулак» и с этого момента перейти на здоровый образ жизни – бросить пить спиртное и курить, прекратить переедать, начать полноценно отдыхать и достаточно спать (после консультации психолога).

3 шаг — РЕГУЛЯРНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА

Как установили ученые, ежедневные физические нагрузки по 30-60 мин. снижают риск сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний в несколько раз. По возможности исключить любой транспорт и больше ходить пешком. В обязательном порядке начать посещать спортзал 2-3 раза в неделю с 1,5 часовой физической нагрузкой по возрасту (под контролем тренера).

4 шаг — СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

Постоянное переедание и преобладание в рационе высококалорийной, рафинированной, жирной пищи и недостаток растительных продуктов может провоцировать различные болезни. Категорически отказаться от ночных ужинов, последний прием пищи должен быть не позднее 20 часов. Перейти на сбалансированное питание – с преобладанием в рационе растительной и белковой пищи, временно снизить или отказаться от сладкой, мучной и жирной пищи (после консультации диетолога).

5 шаг — ЛЕКАРСТВЕННАЯ ПОДДЕРЖКА

Рацион современного человека содержит достаточное количество витаминов, микроэлементов и других питательных веществ. Поэтому принимать какие-либо препараты следует только после консультации с врачом. С целью коррекции нарушений в работе органов и систем организма целесообразно использовать один из наиболее известных и имеющих многолетний опыт применения в медицине лекарственный препарат ВОБЭНЗИМ, состоящий из комбинации высокоактивных растительных и животных энзимов.

Если хочешь изменить мир

НАЧНИ С СЕБЯ

**ЗАЧЕМ ПОКУПАТЬ
ЮВЕЛИРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ
В МГАЗИНАХ ПО
ЗАвВЫШЕННЫМ ЦЕНАМ?**





ВЫ СМОЖЕТЕ СЭКОНОМИТЬ 50% и больше в Renton Coin Shop покупая новые или подержанные ювелирные изделия



**Мы специализируемся на продаже старинных и уникальных
изделий наряду с цепочками и другими изделиями на каждый день**

**225 Wells Ave South
Renton, WA 98057
Phone: 425 226 3890
email: info@rentoncoinshop.com
http://www.rentoncoinshop.com**



Мы скупаем и продаем ювелирные изделия из золота и серебра, платины!

**РУССКОГОВОРЯЩИЙ ПРОДАВЕЦ
РАБОТАЕТ ВО ВТОРНИК, ЧЕТВЕРГ,
ПЯТНИЦУ И СУББОТУ.**





Решать Вам, когда поставить точку

- Прежде всего, что такое банкротство?
Это юридическая процедура в рамках федерального права и в ведении федерального суда по делам банкротств, призванная помочь должникам - тем, кто не в состоянии вернуть кредиторам долги - привести в порядок и начать заново свои финансовые дела. Кроме того, процедура банкротства может позволить и кредиторам вернуть себе по крайней мере часть задолженностей.

Кто выступает инициатором дела о банкротстве?
Им может стать как должник - и в этом случае речь идет о добровольном банкротстве, так и кредитор - и тогда мы имеем дело с вынужденным банкротством. Иск о несостоятельности направляется в местный федеральный суд по делам банкротств - например, на основании раздела 13 законодательства о банкротствах. Кстати, всего существуют пять вариантов банкротств, но личные банкротства оформляются как правило на основании раздела 7 или раздела 13 кодекса. Следует иметь в виду, что подача в суд должником автоматически предохраняет его имущество от конфискации, а самого должника от судебных исков со стороны кредиторов.

- Какая разница между оформлением личной несостоятельности на основании раздела 7 и раздела 13?
В случае финансовой несостоятельности на основании раздела 7 имущество должника описывается и распродается, а полученная выручка распределяется между кредиторами. При иске на основании раздела 13 должник сохраняет за собой некоторую свободу распоряжаться собственным имуществом, хотя и вынужден за счет этого более щедро расплачиваться с кредиторами. Как правило, лица, ходатайствующие на основании раздела 13, продолжают получать постоянный доход, которого, однако на тот момент недостаточно для покрытия задолженности. Часто эти люди с помощью банкротства пытаются уберечься от передачи дома, купленного в рассрочку, в собственность банка-залогодержателя.

- Что происходит после подачи в суд по разделу 7?
В случае прошения на основании раздела 7 о нем уведомляют кредиторов. После этого основная часть имущество должника передается в распоряжение попечителя, назначаемого судом, который проследит за продажей собственности.

ТРИ ШАГА И ВЫ У ЦЕЛИ

• Интерьеры. Коллекции мебели включают в себя оригинальную обстановку для спален, гостиных, столовых и кабинетов. Каждый предмет, представ - ленный в магазине, имеет собственный характер, подчеркнутый элегантными линиями дизайна и безупречным качеством материалов.

• Стили. Производители предлагают изделия, созданные в соответствии с канонами «современ - ный», «винтажный», «классический» и «загород - ный». Для производства мебели и предметов декора используются материалы с выразительной фактурой которые позволяют не просто подчеркнуть тот или иной стиль, но и «поиграть» с ним, придав новый оттенок той или иной концепции.

• Бренды. Каталоги содержит коллекции мебели в американском стиле от таких известных компаний, как «Sam Moore», «Stanley», «Arteriors Home» и другие. Изделия, сочетающие в себе благородный дизайн и непревзойденный комфорт, смогут дели - катно подчеркнуть утонченный эстетический вкус обладателя.

Наши преимущества

• качество продукции. Каталоги мебели являются собранием подлинных американских брендов, гарантирующих безупречную сборку и тщательную проработку деталей;

• помощь профессиональных дизайнеров. На сайте представлены стильные и выразительные готовые решения для интерьеров;

• showroom.Прежде чем купить мебель заказчики могут посетить Showroom и ознакомиться с самыми яркими образцами коллекций, а также интересными новинками;

• sale. Реализуя предметы интерьера и мебели магазин предлагает совершать покупки с выгодой.



Мебель

Выбор мебели является одним из ключевых моментов в процессе обустройства любого пространства, будь то жилой дом, квартира или общественное заведение. Главным элементом успеха является гармония, для достижения которой необходимо учитывать стиль, цветовую гамму и характер помещения. Даже самое скучное пространство можно оживить с помощью стильных и уникальных предметов мебели. Так, определённый набор мебели способен многое рассказать о характере владельца жилого пространства, а также расположить людей в тому или иному общественному месту, подарить уют и оставить положительные впечатления. Более того, правильно подобранная мебель позволяет расставить акценты и зонировать пространство, что немаловажно в маленьких квартирах, где открытая планировка является идеальным решением для визуального увеличения площади. Это может быть недорогая, но весьма необычная, элитная, дизайнерская, современная, классическая, авторская, эксклюзивная или фабричная мебель. Выбор правильной мебели зависит от того, к какому результату стремятся дизайнеры интерьеров, оформляя то или иное пространство. В реально жизни большинство из нас отказывается от услуг профессиональных дизайнеров, предпочитая самостоятельно продумывать интерьер своего дома или квартиры.

Работники магазина в этой категории подскажут ряд идей и помогут сделать правильный выбор мебели. Хорошого настроения и удач выбора дорогие читали!

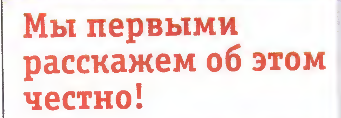
О вкусном не спорят

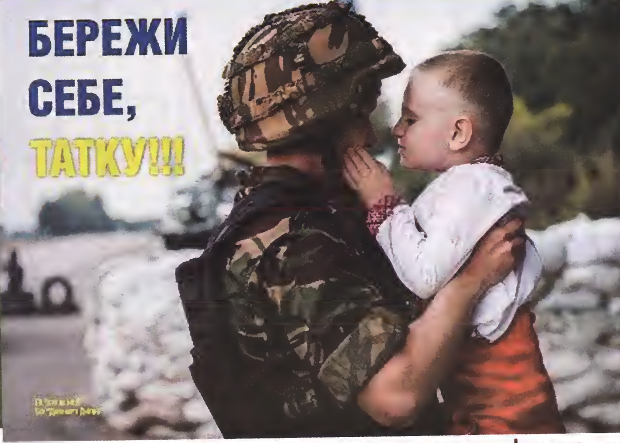
Любителям сосисок посвящается

Долгое время я не любила рыбу ни в каком виде. Родители пытались всячески приучить меня есть этот полезный продукт, готовя из него разные изысканные блюда, а я в ответ на все это бесцеремонно залезала в морозилку и доставала оттуда... сосиски. В определенный момент навязчивая идея заставить любимое чадо есть рыбу была оставлена.

Как-то раз в доме появились крабовые палочки. Мама попросила помочь ей приготовить из них салат. Красно-белые «рулетики» резала я, причем в блюдо ушла только половина данного ингредиента. Остальное плотно осело у меня в желудке. На удивленную реплику мамы: «Ты вдруг полюбила рыбу?!» я, как мне тогда казалось, логично ответила: «Так рыба – одно, а крабы – другое! У них мясо вкуснее гораздо!» Родители до сих пор посмеиваются надо мной, вспоминая эту историю: они уже тогда откуда-то знали, из чего производятся крабовые палочки.

Тем не менее, после той истории я, хотя и с осторожностью, начала есть рыбные блюда, а сосиски в моем холодильнике стали водиться все реже.





Меркель заявила Путину, что для решения конфликта на Донбассе необходим полный вывод войск

Меркель заявила Путину, что для решения конфликта на Донбассе необходим полный вывод войск. Как сообщил пресс-секретарь правительства Германии Штеффен Зайберт, велись переговоры о ситуации в Украине, в частности, об осуществлении минских соглашений 5 сентября по поводу мирного плана для восточной Украины.

"Канцлер дала понять, что для устойчивого решения конфликта необходимы полный вывод российских войск и эффективный контроль за российско-украинской государственной границей", - сообщил Зайберт. Ранее издание Der Spiegel отмечало, что Меркель до определенного момента отвергала более жесткие санкции против Кремля, которые ЕС ввел в ответ на его агрессию против Украины. Кроме того, Польша и страны Балтии хотят увеличить присутствие войск НАТО на своей территории, однако Берлин блокировал решения против России, не желая вызвать гнев у Путина.

Также годами Германия не позволяла НАТО расширить присутствие в Европе американской системы ПРО и направлять ее против России. Когда в Украине вспыхнул вооруженный конфликт против России, члены Альянса из Восточной Европы требовали усилить патрулирование своих границ совместными силами. Меркель не сразу согласилась на этот шаг. Однако позже Ангела Меркель заявила, что хочет жестких санкций против России, даже в ущерб Германии.

США вслед за ЕС отказались признать выборы в Крыму

В Госдепе не меняют свою точку зрения: Крым – неотъемлемая часть Украины.

Соединенные Штаты Америки вслед за ЕС не признают легитимность выборов, проведенных Россией в оккупированном Крыму от 14 сентября. Об этом в понедельник на брифинге заявила заместитель спикера Госдепартамента США Мари Харф. "Соединенные Штаты не признают легитимности и результатов так называемых региональных выборов в Крыму. Наша позиция по Крыму однозначна: Крым остается неотъемлемой частью Украины", - цитирует представителя Госдепа. Спикер государственного департамента также отметила, что Вашингтон продолжает осуждать оккупацию украинской территории Россией, а также нарушение ею суверенитета и территориальной целостности Украины. Харф, между прочего, выразила "обеспокоенность" американской стороны в связи с принудительной заменой в Крыму украинских паспортов российскими. Также в Госдепе вспомнили о правах крымских татар и проукраинских активистов, которые систематически нарушаются в аннексированном Крыму.

Миссия ЕС по безвизовому режиму прибыла в Украину с первым экспертным визитом

Эксперты миссии оценят состояние имплементации плана действий по либерализации визового режима в Украине. В Украину прибыла миссия экспертов из Евросоюза по вопросу либерализации визового режима. Об этом сообщает в Facebook пресс-служба представительства ЕС в Украине.

Как сообщается, посол ЕС в Украине Ян Томбинский вместе с замминистра иностранных дел Украины по вопросам европейской интеграции Еленой Зеркаль приветствовали сегодня группу экспертов из Европейской комиссии, государств-членов ЕС и ФРОНТЕКС, которые будут оценивать состояние имплементации плана действий по либерализации визового режима в Украине. Это первый экспертный визит, который продлится до 26 сентября и сосредоточится на вопросах миграции, предоставления убежища, безопасности документов и управления границами.

Отмечается, что обе стороны подчеркнули важность продвижения вперед в реализации реформ, предусмотренных в плане действий либерализации визового режима, несмотря на кризисную ситуацию в Донецкой и Луганской областях.

Напомним, 20 августа Кабинет министров Украины на заседании утвердил программу по переходу ко второй фазе безвизового режима с Европейским союзом.

Ранее глава представительства ЕС в Украине Ян Томбинский заявил, что безвизовый режим с ЕС для Украины может быть введен уже до конца года.

ВАШЕ ТЕ

Царица ягод, ягода жизни, чудодейственная кудесница - как только ни называют кл
недугов кариеса и прочих болезнеи

Впрочем, обо всем по порядку. В древние времена **клюква** являлась однои из сам
обладает свойством успокаивать нервы. Если задаться целью перечислить все "поле
бензоиную, яблочную, эфирное масло, каротин, фенолкарбоновые кислоты, дубил
гигерин)

Клюква против старения. Доказано, что **ягоды клюк**
Полифенол - разновидность растительного антиокс
клюквенного сока в день, вы обеспечиваете органи

Давно известно, что антиоксиданты борются и с
косметической индустрии. Кроме того, каждодневно
самым уровень "хорошего холестерина" высокои пло

Клюква против рака. Ученые все чаще и чаще наста
Считается, что **сок ягоды**, связываясь с двумя ферме
их созданию и распространению. Кроме того в клюкв
простаты. Существуют предположения, что в "**чудо-**
толстои кишки

Клюква против инфекции мочевого пузыря. Люд
Оказывается, целебныи напиток не дает бактериям у

Клюква против кариеса. Целебная сила **клюквенно**
налет - самая что ни на есть лучшая почва для разм
бактерии в полости рта. Вот почему американцы уж
возможность употреблять клюкву в натуральном виде

Клюква против гастрита и язвы. Похоже, антибакте
что пациенты, потребляющие клюквенные блюда ил
распространению таких бактерии, как hylicobacter p
бактериям оставаться на слизистои оболочке желуд

Клюква против простуды. Вспомните детство. Наве
клюквы с медом. Издавна препараты клюквы используют как жаропонижающее сред
желудочно-кишечного тракта, посему показан при хронических гастритах с секретор

В народнои медицине существует множество рецеп
давлении, малярии, заболеваниях желудка и почек, в

Клюква для будущих мам. Флавоноиды - веществ
прочность и эластичность кровеносных сосудов и лу
особенно хорошо в начале беременности.

Клюква для маленьких и больших гениев. Мечтае
маленького школьника, **ведь клюква** считается самым
достаточныи вред человеческому организму, а имен
аппарата в более зрелом возрасте. Вот почему диета

Клюква как антибиотик. Совсем недавно обнаружи
(класс микроорганизмов, ответственных за целыи
традиционному медикаментозному лечению. Доказа
форму бактерии, которая из палочки превращается в шар, изменяет структуру клет
снижают жизнеспособность болезнетворных бактерии и затрудняют их внедрение в

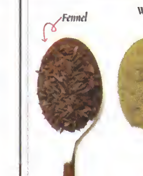
Когда собирать чудо-ягоду. Клюкву собирают в тр
наибольшее количество витаминов. Если залить е
сладковатая. Желательно ее так и хранить в заморо
однако портится такая ягода достаточно быстро, да и

Целебные блюда из клюквы. Хотите целыи год им

Тогда просто заморозьте ягоды, разложив их россып

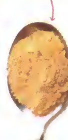
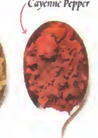
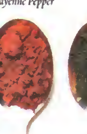
Кроме известных морсов и компотов из чудо-ягод
приготовленном особенным способом. Вначале хоро
холодильник. Выжимки залеите горячеи кипяченои
картофельныи крахмал. Количество крахмала завис
отвар кипит, тонкои струикои, сильно помешивая, вле
влейте в него отжатый **сок** с мякотью. Именно такои с

Мечтаете "изобрести" что-то вкусное и полезное в ка
(сочетание двух слов - cranberry, "клюква", и raising, "изюм") - подслащенные высуш
вкуснее и полезнее? Сушеную клюкву перемешаите с орехами, изюмом, семечками.

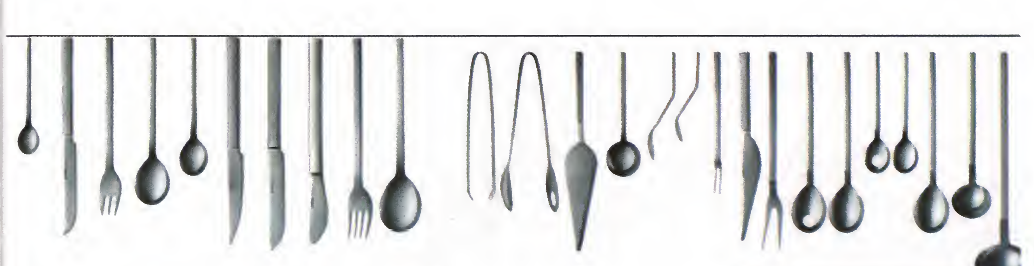










ЛО — наше дело!!!

юкву! Признаемся, это действительно похоже на правду, ведь именно она может царствовать на нашем столе круглый год, спасая от



іх **целебных ягод** леса. Индейцы считали, что **клюква** - это кладезь витаминов, среди которых витамины А, В и С. Кроме того, ягода зности" ягоды, можно просто забыться, клюква содержит глюкозу, фруктозу, сахарозу, сорбит, органические кислоты - хинную, лимонную, ные вещества, флавоноиды, антоцианы, иод и соли калия. В листьях найдены тритерпеноиды и флавоноиды (кверцитин, мерицетин.

вы содержат большое количество антиоксидантов - веществ, способных погашать в организме вредное действие свободных радикалов иданга, который в больших количествах содержится в клюкве. Данные лабораторных исследований показывают, что, употребляя 240 г м 567 мг полифенола, тогда как яблочный сок обогатит организм только 0,53 мг. 400 мг полифенола содержит красное вино.

ервыми признаками старения кожи, посему **клюква** считается поистине незаменимым продуктом в употребляя стакан клюквенного сока, вы навсегда избавитесь от "плохого холестерина", повысив тем тности



ивают на том, что **клюква** должна быть обязательным продуктом в профилактике раковых заболеваний. нтами человеческого организма, вызывающими образование раковых клеток, активно противодействует е содержатся вещества, которые, защищая ДНК, препятствуют росту рака клеток толстого кишечника или **ягоде**" обнаружен кверцитин - продукт, который может помочь предотвратить рак молочной железы и

ям, страдающим заболеваниями мочеполовой системы, без **клюквенного сока** просто не обойтись держаться на стенках мочевого пузыря, тем самым предотвращая его от инфекции.

го сока способна убивать инфекцию не только в мочевом пузыре, но и полости рта. Как известно, зубной ложения бактерий и других микроорганизмов, в результате действия которых мы и получаем кариес и пародонтоз. Оказывается, как раз **клюква** способна обезвредить е сегодня начали разработку составов для полоскания рта на клюквенной основе. Возьмите на заметку, ведь жителям нашей страны предоставлена величайшая

риальные свойства клюквы делают ее **ягодой** номер один. Китайские медики на основе проведенных исследований сделали выводы и напитки на основе чудодейственной **ягоды**, значительно реже болели язвой желудка. **Целительные свойства ягоды** препятствуют лori, которые вызывают язву желудка. Действие ягоды сводится к активизации особых "клюквенных" молекул, которые не позволяют а, что препятствует появлению болезни



рняка во время простуды бабушка не раз поила вас теплым клюквенным морсом или кормила особым лекарством от кашля - **соком** ство при различных простудных заболеваниях, а также гиповитаминозах. Более того, **клюквенный сок** стимулирует секрецию желез *ой недостаточностью.*



тов, согласно которым сок плодов рекомендовали при лихорадке, простудных заболеваниях, ангине, цинге, повышенном кровяном одянке. Примочки из сока - при лишаях, сухой экземе, экссудативных кожных процессах, золотухе

а, схожие по своим свойствам с антиоксидантами. **Клюква** содержит большое число флавоноидов, благодаря которым повышается чше усваивается витамин С. Вот почему клюква - незаменимый продукт будущей мамочки. Кроме того, ее рекомендуют как отличное поливитаминное средство, что

те вырастить гения? Тогда стоит не только потчевать себя **клюквой** во время беременности, но и обязательно включить ее в рацион "умным" продуктом. И все это опять же благодаря содержащимся в ней антиоксидантам. Доказано, что свободные радикалы приносят но делают гормон холестерол вредным для сердца и сосудов, а также отвечают за ухудшение памяти и работы опорно-двигательного с клюквенными блюдами приводит к улучшению памяти и более сбалансированной работе опорно-двигательного аппарата



лось, пожалуй, самое полезное свойство **клюквы** - она может служить альтернативой антибиотикам, особенно в борьбе против E. Coli ряд заболеваний человека - таких как инфекционные заболевания почек, гастроэнтерит и др.), бактерий, ставших устойчивыми к но, что особая группа веществ, содержащихся в **клюквенном соке**, способна так воздействовать на E. Coli, что последняя меняет очной мембраны, затрудняет процесс прикрепления бактерий к клеткам эпителия и так далее. Однозначно, все эти метаморфозы ткани организма

срока. Осенняя, сентябрьская ягода более твердая и кислая, но при хранении дозревает и размягчается. Кроме того, в такой ягоде е ключевой водой, **ягода** будет храниться всю зиму. Поздней осенью тронутая первыми морозами **клюква** наиболее вкусная и женном виде, ибо после оттаивания она быстро портится. Самая сладкая клюква - весенняя, которую собирают после сошедшего снега, аскорбиновой кислоты в ней порядком меньше.

еть свежую клюковку?

ю в морозилке, а затем сложив в пакет. Кроме того, клюкву можно замочить, засушить или сделать из нее варенье.

ы получаются отличные кисели. В отличие от многих других фруктов, наибольше витаминов **клюква** оставляет именно в киселе. шо промытую клюкву разомните в дуршлаге деревянной толкушкой над глубокой тарелкой. Сок с мякотью, который получился, уберите в водой и поставьте на сильный огонь на 10 минут. От этого отвара отлейте в чашку 5-6 ложек жидкости, остудите и растворите в ней ит от вашей любви к жидким или густым киселям. В среднем на стакан клюквы и стакан воды берут 3/4 ложки крахмала. В то время как ите в него из чашечки крахмальную суспензию. Через несколько секунд кисель загустеет - он готов. Как только кисель немного остынет, пособ позволяет максимально сохранить витамины, содержащиеся в **клюкве**.

ичестве снеков? Тогда используйте клюкву. Американцы давно заметили **целительные свойства ягоды** и даже изобрели "крейзинсы" енные **ягоды**, которые продают запакованными в пакетики. Почему бы и нам не повторить опыт американцев, но сделать это лучше. Впрочем, добавлять можете что угодно - миндаль, фундук, курагу, инжир. Это уж как ваша душа пожелает

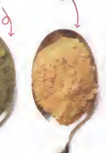












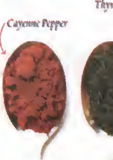














БУДЬ В КУРСЕ!



Салют эмоций

ТОЛЬКО ОРИГИНАЛЫ!

POWER KHAN

ЭТО МОЩНОЕ СРЕДСТВО КОМПЛЕКСНОГО ДЕЙСТВИЯ

ГОРЯЧЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ:

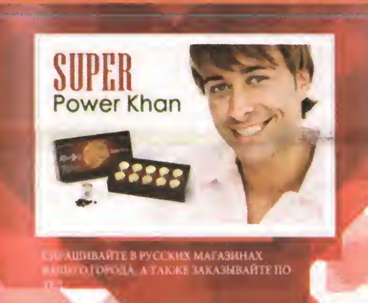
Максимальная выгода

«СИЛА ХАНА» - ПО-НАСТОЯЩЕМУ МОЩНОЕ СРЕДСТВО

ПОВЫШЕНИЕ ПОТЕНЦИИ С ПОМОЩЬЮ «СИЛА ХАНА» ПО-НАСТОЯЩЕМУ БЕЗОПАСНО, ТАК КАК ОН СОДЕРЖИТ ТОЛЬКО РАСТИТЕЛЬНЫЕ И ФРУКТОВЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ. «СИЛА ХАНА» ОКАЗЫВАЕТ НЕПРЕВЗОЙДЕННОЕ ВЛИЯНИЕ НА ПОТЕНЦИЮ. «POWER-KHAN», БЕЗУСЛОВНО, ПОМОГАЕТ МУЖЧИНАМ, СТРАДАЮЩИМ ЭРЕКТИЛЬНОЙ ДИСФУНКЦИЕЙ (ЭД), ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ ЭЯКУЛЯЦИЕЙ И ПРОСТАТИТОМ. КОМПЛЕКСНОЕ ПРИМЕНЕНИЕ СНИМАЕТ ВОСПАЛЕНИЕ И СОЗДАСТ ПРИТОК КРОВИ К РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЕ, ВОССТАНОВЛИВАЕТ ЛИБИДО И УВЕРЕННОСТЬ ЛЮБОМУ ЧЕЛОВЕКУ НА ПРОТЯЖЕНИИ МНОГИХ ЛЕТ.

СТИМУЛИРУЕТ ЗДОРОВЬЯ И ПОВЫШАЕТ СЕКСУАЛЬНУЮ ВЫНОСЛИВОСТЬ, ОБЕСПЕЧИВАЕТ БОЛЕЕ 90% УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ПОСЛЕ КЛИНИЧЕСКИХ ИСПЫТАНИЙ.

СОСТАВ: ПОРОШОК ЖЕНЬШЕНЯ, ЭКСТРАКТ ЧЕСНОКА, КОЖУРЫ ЦИТРУСОВЫХ, ПЕРЕЦ, CORONUS ЭКСТРАКТ ПЛОДОВ, МОРИ FOLIUM



...АШИВАЙТЕ В РУССКИХ МАГАЗИНАХ ...ГОРОДА, А ТАКЖЕ ЗАКАЗЫВАЙТЕ ПО

КУРС ПРИЕМА ПРЕПАРАТА ПОЗВОЛИТ УСТРАНИТЬ ХРОНИЧЕСКОЕ ***ВОСПАЛЕНИЕ*** (В ТОМ ЧИСЛЕ ***ПРОСТАТЫ***), ПОЗВОЛИТ ВОССТАНОВИТЬ ПОЛНОЦЕННУЮ РАБОТУ СЕМЕННИКОВ (ТЕСТОСТЕРОН), А ТАКЖЕ АКТИВИРОВАННЫЙ ПРЕПАРАТ ***ИММУННОЙ СИСТЕМЫ***. КЛЕТКИ МАКРОФАГИ «ПОЕДАЮТ» ***ХОЛЕСТЕРИН*** (АТЕРОСКЛЕРОТИЧЕСКИЕ) БЛЯШКИ В СОСУДАХ РЕПРОДУКТИВНОЙ СИСТЕМЫ. БОЛЕЕ ТОГО, БЫЛО УСТАНОВЛЕНО, ИМЕЕТ ОЗДОРОВОТЕЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ***ПОЧЕК*** И СИМПТОМОВ САХАРНОГО ***ДИАБЕТА***.

В СОСТАВ МОГУЧЕГО ХАНА ВХОДЯТ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ, ПОЭТОМУ МОЖНО ПРИНИМАТЬ В ТЕЧЕНИИ ДЛИТЕЛЬНОГО ВРЕМЕНИ, И ДЛЯ РАЗОВОГО ЭФФЕКТА, И ПОСТОЯННО, ДЛЯ *ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО* ЭФФЕКТА, ВРЕДА НЕ БУДЕТ. ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ ПРИ НЕВОСПРИЯТИИ ОРГАНИЗМОМ КАКОГО ЛИБО КОМПОНЕНТА ПРЕПАРАТА (ЧТО БЫВАЕТ КРАЙНЕ РЕДКО).

POWER KHAN (МОГУЧИЙ ХАН, СИЛА ПОВЕЛИТЕЛЯ) 50 КАПСУЛ, ЦВЕТ ШАРИКОВ: ЧЕРНЫЙ ШОКОЛАД, ШАРИКИ ГЛЯНЦЕВЫЕ. ПРЕПАРАТ ДОСТОИН ВНИМАНИЯ, БЕЗОПАСЕН И ЭФФЕКТИВЕН. НА ОФИЦ. САЙТАХ ВСЕГДА ДОРОЖЕ ПО ОЧЕНЬ МНОГИМ ПРИЧИНАМ, НАША ПЛОЩАДКА ДАЁТ ВОЗМОЖНОСТЬ БОЛЬШИНСТВУ ПОКУПАТЕЛЕЙ ПРИОБРЕТАТЬ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ ПО ПРИЕМЛЕМЫМ ЦЕНАМ. ДАННЫЙ ПРЕПАРАТ ОЧЕНЬ ХОРОШО СЕБЯ ЗАРЕКОМЕНДОВАЛ, ЧАСТО ЗАКАЗЫВАЮТ ПОВТОРНО, ПРОПИВАЮТ КУРСАМИ.



Улыбка продлевает жизнь



СТРЕМЯСЬ ПРОДЛИТЬ ЗДОРОВЬЕ

Вы хотите сбросить лишний вес без ущерба для доровья? ALFIA - превосходный способ похудеть!



Здоровье³

Неоспоримые достоинства этого растительного препарата в том, что он:

Нормализует обменные процессы в организме.

Снижает аппетит и предупреждает переедание.

Не обладает слабительным эффектом, в отличие от других препаратов для снижения веса.

Способствует очищению организма от шлаков, снижает уровень сахара в крови, нормализует кровяное давление.

Не требует специальной диеты.

Выводит лишнюю жидкость из организма, а значит, избавляет от отеков.

Обладает подтягивающим эффектом. После уменьшения объема тела, кожа становится упругой и молодой.

Не имеет побочных эффектов.

И, что важно, не способствует увеличению веса после прекращения приема!

Худеем красиво!





Просмотр телевизора укорачивает жизнь

"Голубой" экран отнимает у человека почти пять лет жизни



ТЕПЕРЬ

Процесс приобретения недвижимости обычно занимает от одного до двух ме- сяцев. Оформления в собственность осуществяется через специализированное агентство - Title Company. Данная компания контро- лирует всю сделку, проверяет доку менты, хранит депозиты, а, после внесения покупате- лем полной суммы денег, вручает ему документы о передачи права собственности, а также страховой полис на недвижимость (title insur - ance). После полной оплаты недвижимости (с учетом ипотечного кредита) и всех связан - ных с данным приобретением расходов, по - купатель вступает в права владения.

Стоимость жилья рассчитывается по метра - жу жилой площади. В стоимость обычно вхо- дит: полностью укомплектованная кухня (мебель, встроенная бытовая техника); ван - ные и туалетные комнаты, оборудованные сантехникой и аксессуарами от ведущих производителей; системы кондиционирования и отопления; балкон, веранда или терраса; гараж или парковка на 1-2 машины.

Этапы покупки недвижимости:

1) Подписание договора с агентом / брокером по недвижимости на предоставление агентского сервиса.

2) Определения требований, желаний, сроков и бюджета клиента - по характеру использо - вания и целям владения. Приглашение на оз - накомительный тур. Подбор недвижимости.

3) Составление Real Estate Purchase contract, депозит в $10,000. 95 % покупателей недвижимости в США, кладут на кредитную карточку. Можно осуществить операцию через банковский трансфер – money wire.

4) Контракт гарантирует снятие объекта недвижимости с рынка и закрепление ее за покупателем. После подписания контракта - начинается основная часть. Обычно дается 60 дней до закрытия (closing). документов.



ДОМ — ЭТО Я

ПРИЯТНЫЕ МЕЛОЧИ

Дом, особенно его центральная часть — гостиная — это отражение жизни хозяина. Малейшие нюансы интерьера способны передать семейное и социальное положение владельца, его характер и даже текущее эмоциональное состояние.

С точки зрения дизайна, эти индивидуальные особенности условно делятся на большие стилистические группы. Первая тяготеет к традициям прошлого и стремится к стилизации под интерьеры ушедших эпох, — это направление можно назвать классикой. Вторая представляет современный стиль, ориентированный на новейшие достижения производства и техники.

Основные типы плиток

Майолика
(особо прочная керамическая плитка)

Эмалированные плитки с пористой цветной основой, формованные прессованием. Технология изготовления предусматривает два раздельных обжига: первый – для корпуса плитки, второй – для эмали (двукратный обжиг позволяет избежать трещинок и «мошек» на поверхности). В результате плитка получается ровной, блестящей и очень декоративной. Сырье для производства майолики представляет собой смесь глины, песка, карбоната и окиси железа (придает основе плитки розоватый оттенок). Глазурь используется только непрозрачная – цветная.

Размеры: наиболее распространенными являются 15x15, 15x20, 20x20 см. В сочетании с крупными элементами используют изделия малых размеров – 10x10 см.

Применяется для облицовки внутренних стен ванных комнат, душевых, хамамов и аналогичных помещений.

Фаянс

Эмалированные плитки с пористой белой основой, формованные прессованием. Подвергаются двойному обжигу. Фаянсовую плитку прессуют из светлых, не содержащих железо глин, поэтому цветной является только глазурованная поверхность. Качество фаянсовой плитки зависит от стабильности (однородности) исходного сырья (необходим отбор и тщательная подготовка).

Обжиг ведется по специальному ступенчатому режиму – с выдержками при определенной температуре. Это важный момент, т.к. если, например, слишком быстро проскочить отметку 600°C, может не произойти полное выгорание органических примесей, присутствующих в глине. В результате возникает дефект, называемый черной сердцевиной. Неправильно обожженные образцы быстро теряют цвет, имеют неправильную форму и легко разрушаются.

Применяется при укладке полов и облицовке стен внутренних помещений здания.

Размеры: 20x20, 15x20, 30x30 см и другие.

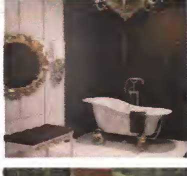
Клинкер

Плитки неэмалированные или эмалированные одинарного обжига с разноцветной (обычно уплотненной) основой, получаемые путем экструзии. Сырьевая смесь обжигается при температуре до 1 250°C вплоть до начала остекленения. Применение процесса экструдирования позволяет получать не только плитку сложной геометрической формы, но и различные облицовочные элементы – цоколи, уголки, ступени и т.д. Плитка обладает хорошими характеристиками сопротивления механическим нагрузкам, истираемости, действию атмосферных явлений и перепадам температуры. Устойчива к воздействию агрессивных химических веществ, легко чистится, неприхотлива в эксплуатации.

Размеры: производится самых разнообразных размеров и форм, наиболее типичные – 12x22, 20x20, 30x30 см и другие.

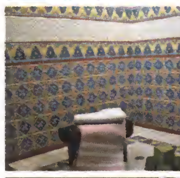
Применяется для укладки полов внутри и снаружи здания, облицовки фасадов.



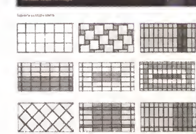










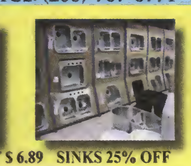




















Что такое жизнь? Ответ на этот вопрос лежит вне слов. Слова же всегда останутся словами. Люди придумали много теорий о жизни. Все они претендуют на универ - сальность. Главное - знать, чего вы хотите - спасти свою душу, удовлетворить свои инстинкты, добиться власти или... Так чего вы хотите?

Половина несчастливых людей ищут и находят причину своего несчастья во внешнем мире. В обстоя - тельствах, родителях, судьбе, государстве. Но в первую очередь - в окружающих людях. Им кажется, что имен - но эти люди и эти обстоятельства делают их жизнь нес - частной. Иногда, ценой невероятных усилий, им удает - ся изменить свое окружение, но вскоре они притягива - ют в свою жизнь людей с другими именами, очень по - хожих на своих предшественников. В любом случае - выбор только за вами, и, если вы ищете свое счастье во внешнем мире, то вы сможете многое приобрести. Но все это вам придется оставить перед той дверью, которая однажды открывается перед каждым из нас. Только человек, богатый Богом, может быть столь свободен от привязанности к имуществу и деньгам, пора - ботившим человечество. Только человек, укоренённый в Боге, может столь непоколебимо сохранять в душе спокойствие и добродушие, когда ему причиняют явное зло. Счастье находится в нас самих, и блажен тот, кто понял это... Счастье - это чистое сердце, потому что та - кое сердце становится престолом Божиим. Так гово - рит Господь для тех, кто имеет чистое сердце: "Вселюсь в них и буду ходить в них; и буду их Богом, и они будут Моим народом" (2Кор. 6:16). Чего им еще может недоставать? Ничего, поистине ничего! Потому что они имеют в сердце своем величайшее благо – Самого Бога! Чем больше человек ведет духовную жизнь, тем больше он одухотворяется: он начинает видеть во всем Бога, во всем проявление Его силы и могущества; всегда и везде видит себя пребывающим в Боге и от Бога во всем зависящим. Но чем более плотской образ жизни ведет человек, тем больше он делается весь плотским: он ни в чем не видит Бога, в самых чудесных проявлениях Его Божественной силы, - во всем видит плоть, материю, и везде и во всякое время – "нет Бога перед очами его"

Работа — очень важная часть жизни, работающий человек приобретает коллег, возможно, друзей, у него появляется чувство общности с то - варищами по работе, цель и распорядок дня, его статус позволяет определить место среди других, обрести чувство собственного достоинства, полу чать удовлетворение от личных достижений. Часто любой разговор с ранее незнакомым человеком начинается со слов: «В какой области вы рабо - таете?» Ситуация в экономике сегодня такова, что многие рабочие места сокращаются, и потеря работы становится нормой. Несмотря на возрас - тание вероятности потери рабочего места, стандарты персонального успеха все еще связаны и измеряются работой. Поэтому кризис в связи с по - терей работы нельзя недооценивать.

Незанятость может явиться причиной потери уважения к себе, чувства, что нельзя самому определить свою будущее. Потеря источника доходов приводит к ограничению возможностей, вызывает крах надежд и влияет на жизнь всей семьи. Самый полезный курс лечения — это обсудить си- туацию, и не только с людьми, близкими человеку, потерявшему работу, но и с профессионалами, дающими советы по трудоустройству и финан - совым вопросам. Часто самое большое желание — подобно страусу, спрятать голову в песок. Однако активные действия по преодолению кризиса позволяют преодолеть затруднения. Работа — вещь обязательная и неизбежная. Этим не хочу сказать, что она важнее дружбы, любви и заботы о ближнем. Но нужно понимать: в жизни может происходить все, что угодно, а работать будешь несмотря ни на что. За исключением, конечно, слу- чаев утраты трудоспособности — по болезни или по старости, — и все. Это действительно так, человек должен работать, у нас должна быть заня - тость. И если уж нам не избежать работы, то нужно правильно отстроить с ней отношения. Какие тут могут быть варианты? Первый: да, работа — это неизбежность. Но ты должен сделать сознательный выбор. Работа в твоей жизни неизбежна. Выбери свое отношение к ней.

MARVEL® Food & Deli

Auburn:
253-537-1008
Marvel Food & Deli
615 C Street SW
Auburn, WA 98001

Tacoma:
253-887-8181
Marvel Food & Deli
301 133rd Street S
Tacoma, WA 98444

Hours of Operation:
Monday - Staurday
9:00 AM to 9:00 PM
Sunday Closed
www.marvelfoodanddeli.com

Bakery





Cafe



Reception Hall